

“十二五”国家科技支撑计划项目
(2013BAI05B01系列研究成果)

中国回医药特色诊疗技术丛书

回医理筋 颈部筋伤

主编 马惠昇 穆 静

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

中国回医药特色诊疗技术丛书

（“十二五”国家科技支撑计划项目 2013BAI05B01 系列研究成果）



回医理筋

颈部筋伤

马惠昇 穆静 主 编

中国中医药出版社

· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

回医理筋:颈部筋伤/马惠昇,穆静主编. — 北京:中国中医药出版社,2016.11

(中国回医药特色诊疗技术丛书)

ISBN 978-7-5132-2851-0

I. ①回… II. ①马… ②穆… III. ①颈-筋膜疾病-中医伤科学
IV. ①R274.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第260663号

中国中医药出版社出版
北京市朝阳区北三环东路28号易亨大厦16层
邮政编码 100013
传真 010 64405750
三河市西华印务有限公司印刷
各地新华书店经销

*

开本 710×1000 1/16 印张 24.5 字数 339 千字
2016 年 11 月第 1 版 2016 年 11 月第 1 次印刷
书号 ISBN 978-7-5132-2851-0

*

定价 59.00 元
网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720
购书热线 010 64065415 010 64065413
微信服务号 zgzyycbs
书店网址 csln.net/qksd/
官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>
淘宝天猫网址 <http://zgzyycbs.tmall.com>

前言

回医药学是回回人在继承阿拉伯伊斯兰医药学理论与实践的基础上，不断汲取中华传统医药的精髓，逐步形成和发展起来的民族医药学，是祖国传统医药学的重要组成部分，具有辉煌的历史和丰富的民间资源。著名回医学者安迪光先生通过大量的文献和史料研究，提出“回回医学是东西方两大医学体系高度结合的产物”。回医学以人天浑同的理论为核心，以元气学说为基础，以阴阳七行、四性四液理论为纲，汲取、融合了古代阿拉伯医药文化和祖国传统医药文化及辩证唯物论的哲学思想，并吸纳了东西方诸如天文、气象、历法、物候、生物、化学、生理、心理等科学成果，经回族先贤、学者以儒诠经，传医学，发奥义，通过反复医疗实践与不断丰富完善，总结归纳出独特的理论体系。它在许多方面蕴含祖国传统医学、阿拉伯医学，以及其他医学的诊治特点，但又有独特、优秀的回族文化区别于其他医学。因此，回医药学在最初就以高水平的医药学体系步入了世界医药学之林，其诊疗方法源于临床，又高于临床。

回医药学具有辉煌的历史和丰富的民间资源，但由于历史传承、政治背景、社会发展、人文环境等多方面因素的制约，使得回医药临床诊疗技术等相关资料缺失。回人“大分散、小聚居”的分布模式，使得回医药也呈现此模式，全国各地有回族的地方，基本上都有散落民间的回医药资源，这些资源包括经方、验方、成药、诊疗技术等，大多以口传心授的方式在民间流传。20 世纪 80 年代，在中华人

民共和国大力发展民族医药政策的引导下，回族医药学迎来了发展的春天。时至今日，虽然回医药学的发展取得了很大的进步，但是，大量资源依然散落在民间，缺乏规范的挖掘。挖掘、整理历史文献中的回医药资料和开发散落在民间的回医药资源，以现代科研手段研究回医药经方、验方、成药及特色诊疗技术，并进一步将已经规范化的回医药特色诊疗技术和用药逐步推广应用，是目前回医药临床和基础研究工作所承担的重要任务。

本套丛书是“十二五”国家科技支撑计划项目“回族地区基层医疗机构卫生适宜技术研究”的研究成果。项目组对回医药特色的诊疗技术展开全面挖掘、整理及传承性研究，对大量的回医药文献资料进行梳理、考证、研究、整理，完成了《中国回医药特色诊疗技术丛书》，为回医药的发展和传承奠定了坚实的理论基础。本套丛书共八本，包括《回医理筋——肩部筋伤》《回医理筋——腰部筋伤》《回医理筋——颈部筋伤》《回医汤瓶八诊疗法》《回医八疗》《回医正骨》《回医药防治胃肠病》《回医养生保健疗法》，既有理论也有临床，既有回医诊疗技术，也有特色回药验方。丛书的完成不仅满足了回医药防治疾病的临床需要，也促进了回医科研、临床的发展。

《中国回医药特色诊疗技术丛书》的编写受到“十二五”国家科技支撑计划“回族地区基层医疗机构卫生适宜技术研究”项目的资助。在编写过程中，得到了宁夏回族自治区科学技术厅和宁夏医科大学有关领导、专家、学者及同道的大力支持，同时得到了项目组成员和参与本项目研究人员的积极支持和鼎力相助，在此谨向各位致以衷心的感谢！

丛书的编写力求通俗易懂，但由于学识有限，书中错漏与不足之处在所难免，希望广大读者批评指正，以便再版时更正。

《中国回医药特色诊疗技术丛书》编委会

《回医理筋——颈部筋伤》编委会

总主编 戴秀英 牛 阳

主 编 马惠昇 穆 静

副主编 马英锋 马 科 刘敬霞 张 萍

编 委 (按姓氏笔画排序)

马 楠 马成国 马启忠 王 枫 王凯年

田金尧 付雪艳 刘 镭 刘志华 孙发安

杜小利 李 平 李婷婷 杨 龙 杨 平

杨 静 杨丽美 张万昌 纳海龙 周 波

孟凡举 赵宁建 姜昕伶 唐 越 廖 晓

内容提要

本书主要介绍了回医理筋疗法的理论、内容、特点及治疗颈部筋伤的各种特色回医理筋疗法，并根据颈部筋伤的发病特点，介绍了现代回医筋伤医学对颈部筋伤的理论认识、发病原因、高发人群、颈部应用解剖及颈部筋伤相关的临床实用检查方法，并对临床常见的颈部筋伤疾病进行详细讲解，介绍了用回医理筋疗法对颈部筋伤疾病的治疗方式及治疗特色，对用回医筋伤疗法临床治疗颈部筋伤具有较好的指导性和实用性，为传承回医理筋技术做出了一定贡献。本书适合作为广大回医工作者及爱好者的参考用书。

编写说明

著名回医药研究学者安迪光通过大量的文献和史料研究，提出“回医学是东西方两大医学体系高度结合的产物”。回医理筋疗法也是伊斯兰医学与中医学高度融合之产物，几千年来在回族民间传承至今，是回医治疗筋伤的特色外治技术。回医治疗筋伤时非常重视筋伤部位，通常会根据筋伤的深浅、新旧、筋结及筋聚的大小程度、损伤的原因等确定病灶，并根据经筋理论，遵循“筋结致痛，以痛为腧”的治疗原则，有针对性地对症进行治疗，疗效肯定。但由于各种历史原因，回族医学大部分已经遗失，回医理筋疗法因为实用性较强，一直散在民间传承，临床应用尚不规范，难以大范围推广应用。

近年来，国家对民族医药发展提出了新的要求和规划，一批政策法规为回医药的发展带来了前所未有的发展机遇。宁夏作为全国唯一的回族自治区，回医药工作者有责任抢救、挖掘并整理回医理筋诊疗技术，并通过规范研究，扩大回医筋伤疗法的推广应用，促进回医药特色和优势的发挥，为人类的健康做出贡献。为此，本课题组在“十二五”国家科技支撑计划项目“回族地区基层医疗机构卫生适宜技术研究”的资助下，对民间传承的回医理筋疗法进行收集整理，聘请专家教授论证，形成了肩部筋伤的“三步九法回医手法理筋技术”“三步六法回医器械理筋技术”等规范性技术标准，并在临床进行多中心大样本的验证，为回医理筋疗法的推广应用奠定了扎实的临床基础。

本书是第一次对回医理筋疗法的规范化临床应用进行整理，将对颈部筋伤的回医理筋疗法进行规范，这也是在“十二五”国家科技支撑计划项目“回族地区基层医疗机构卫生适宜技术研究”资助下的“回医理筋疗法治疗颈肩腰背痛”研究成果，将为使用回医理筋疗法治疗颈部筋伤疾病提供规范、实用、有效的诊疗技术，也为丰富回医理论、规范回

医临床实践、提升诊疗技术水平、提高回医药防治疾病能力做出一份贡献。

本书共分六章论述颈部筋伤的回医理筋疗法。第一章为概论，介绍了回医理筋疗法的基本内容、特点及用回医理筋疗法治疗颈部筋伤的优势。第二章详细介绍了回医对颈部筋伤的理论认识，包括回医对“筋”“筋伤”的认识，并结合现代医学对“颈部筋伤”的应用解剖、发病原因、高发人群、常见症状等进行了详细论述。第三章介绍了回医对颈部筋伤的实用检查方法及现代医学对筋伤的检查方法。第四章重点介绍了回医基础理筋手法、颈部特色回医理筋手法和器械理筋手法、回医刺络疗法、火疗等十余种回医特色诊疗技术操作规程。第五章对临床常见的十种颈部筋伤疾病，从病因病机、诊断、治疗等方面进行了详细论述，重点介绍了回医理筋疗法对颈部筋伤疾病的治疗方法 & 特色，对治疗颈部筋伤具有较好的指导性和实用性。第六章介绍了对颈部筋伤的预防和颈部保健。全书以指导回医筋伤临床实践为目的，理论结合实践，图文并茂，易于理解，是一本临床实用性较强的工具书。

本书的编写受到“十二五”国家科技支撑计划“回族地区基层医疗机构卫生适宜技术研究”项目资助。在编写过程中，得到了宁夏回族自治区科学技术厅和宁夏医科大学有关领导、项目有关专家、学者及同道的大力支持，同时得到了项目组成员和参与本项目研究人员的积极支持和鼎力相助，在此谨向各位领导、专家学者致以衷心的感谢！另外，在项目实施过程中，非常感谢宁夏医科大学附属回医中医医院回医八疗科、宁夏医科大学中医门诊部、银川市中医医院、灵武市中医医院、中宁县中医医院及中宁县大战场乡卫生院等基层医疗机构的大力支持。本书也是项目完成的一项成果，而且在编写过程中，来自宁夏医科大学附属回医中医医院回医八疗科等基层技术骨干还积极参与其中，在此也向参与项目实施和本书编写的所有工作人员致以衷心的感谢！

限于作者水平，书中难免错漏与不足之处，恳请读者批评指正。

《回医理筋——颈部筋伤》编委会

2015年10月

目 录

第一章 回医理筋疗法概论·····	01
第一节 回医理筋疗法基本内容·····	01
第二节 回医理筋疗法的特点·····	02
第三节 回医理筋疗法治疗颈部筋伤的优势·····	03
第二章 回医对颈部筋伤的认识·····	05
第一节 回医对“筋”和“筋伤”的认识·····	05
第二节 颈部筋伤·····	24
第三节 颈部的应用解剖·····	27
第四节 颈部筋伤的原因·····	93
第五节 颈部筋伤的高发人群·····	102
第六节 颈部筋伤常见症状·····	107
第三章 颈部筋伤的检查方法·····	113
第一节 颈部筋伤的常规检查·····	113
第二节 颈部筋伤的影像学及现代技术检查·····	155
第四章 颈部筋伤的回医理筋疗法·····	173
第一节 筋伤的治疗原则·····	173
第二节 回医理筋手法的作用和要求·····	176
第三节 回医理筋基础手法·····	182
第四节 回医器械理筋手法·····	251
第五节 颈部筋伤三步理筋手法·····	255
第六节 回医针灸刺络疗法·····	262

第七节 回医拔罐疗法·····	264
第八节 回医金针疗法·····	266
第九节 回医火疗法 ·····	271
第十节 回药外治法 ·····	272
第十一节 练功疗法 ·····	276
第十二节 其他疗法 ·····	279

第五章 颈部筋伤常见疾病 ·····301

第一节 颈椎病 ·····	301
第二节 落枕 ·····	318
第三节 寰枢关节损伤·····	322
第四节 枕大神经卡压综合征 ·····	325
第五节 颈肌筋膜炎 ·····	329
第六节 颈肩综合征·····	333
第七节 颈肋综合征·····	339
第八节 颈椎间盘突出症·····	344
第九节 前斜角肌综合征·····	357
第十节 斜颈 ·····	363

第六章 颈部筋伤的预防和保健 ·····369

第一节 预防头颈部的急性损伤 ·····	369
第二节 预防颈肩部肌筋慢性损伤 ·····	370
第三节 避免不良睡眠体位·····	373
第四节 劳逸结合，避免过度疲劳 ·····	375
第五节 积极治疗咽喉及颈部炎症 ·····	376
第六节 避免潮湿和寒冷·····	376
第七节 积极有效锻炼·····	377
第八节 避免精神紧张·····	378
第九节 早发现早诊断早治疗 ·····	379
第十节 其他方面 ·····	379

参考文献····· 380



第一节 回医理筋疗法基本内容

回医理筋疗法是伊斯兰医学与中医学高度融合之产物，几千年来在回族民间传承至今，是回医治疗筋伤的常用外治技术。回医在筋伤治疗中非常重视筋伤部位，通常会根据筋伤的表浅、久远、筋结及筋聚的大小程度、损伤的原因等确定病灶，并根据经筋理论，遵循“筋结致痛，以痛为腧”的治疗原则，有针对性地对筋伤进行治疗。

回医筋伤是指因“筋”伤而致的各种病证。回医“筋伤”范围较广，因为回族民间通常把除骨折及开放性损伤之外的损伤都称作“筋伤”。也有其他的名称，如“筋歪”“筋扭”“筋疼”“筋出槽”等。正因如此，回医对“筋”的含义，理解也较为广泛。较为统一的认识是，四肢、头、颈、项、胸、腰、背部除骨骼以外的软组织都可称为“筋”。对应现代医学解剖知识，“筋”主要是指人体皮肤、皮下浅筋膜、深筋膜、肌肉、肌腱、腱鞘、韧带、关节囊、滑膜囊、椎间盘、周围神经及血管等软组织。因此，回医“筋伤”，是指凡因各种急性或慢性损伤，以及风寒湿邪侵袭等外因，或气血津液失衡等内因，造成的人体“筋”的损伤，统称为“筋伤”，相当于现代医学的“软组织损伤”。

回医理筋疗法的基本内容主要是对“筋伤”的防治，现代包括针对筋伤治疗的范围、筋伤部位、解剖病理、病因病机等基础理论，以及各种回医特色外治技术、有利于筋伤恢复的现代康复技术诊疗方法、筋伤的预防



保健及功能锻炼等内容。因此，回医理筋疗法就是以回医筋伤理论、传统经筋理论以及现代医学理论为诊疗依据，运用回医手法理筋、器械理筋、回医刮法、拨法、回医刺络等回医特色外治技术，并结合现代康复技术，针对筋伤病灶，按照三步理筋原则，以松解肌筋，理筋止痛，正骨顺筋，从而恢复经筋系统的平衡状态。

第二节 回医理筋疗法的特点

随着医学技术和理论不断发展，回医诊疗技术也在不断发展。现代回医理筋疗法不但融合了伊斯兰医学、传统中医学关于筋伤的内容，还融入了现代医学关于软组织损伤学的理论和方法。因此，回医理筋疗法的特点是：东西合璧，理论丰富；专治筋伤，针对性强；回医外治，特色鲜明；简便廉效，安全实用。

一、东西合璧，理论丰富

阿拉伯 - 伊斯兰医学产生于公元 8 世纪，是在继承了古希腊、古罗马医学的哲学原理和医学理论，并融合了地中海周边地区诸民族及波斯、印度医药学的基础上，于公元 10 世纪形成的。阿拉伯 - 伊斯兰医学随伊斯兰教传入中国后，与传统中医药学产生较为广泛的融合。著名回医药研究学者安迪光通过大量的文献和史料研究，提出“回医学是东西方两大医学体系高度结合的产物”的重要理论，即“东西合璧”说。

回医理筋疗法是回医治疗筋伤的主要方法，在《回回药方》残卷“折伤门”中有部分记载，尤其是在各种损伤、脱位等篇章中记载较多。后世传承的筋伤疗法大多以家族传承，至今在回族民间仍然广为传承使用。该疗法的理论既源于伊斯兰医学的解剖理论，也融合了传统中医的经筋理论，在筋伤的辨证论治过程中，既重视筋伤部位的解剖病理，也遵循中医经筋理论。

二、专治筋伤，针对性强

回医理筋疗法是一种回医外治法，是专门针对筋伤的治疗方法。临床凡因各种急性或慢性损伤，以及风寒湿邪侵袭等外因，或气血津液失衡等内因，造成的人体皮肤、皮下浅筋膜、深筋膜、肌肉、肌腱、腱鞘、韧带、关节囊、滑膜囊、椎间盘、周围神经及血管等软组织的病变，都可以应用回医理筋疗法进行治疗。因回医理筋疗法是运用回医手法理筋、器械理筋、回医刮法、拨法、回医刺络等回医特色外治技术，并结合现代康复技术，针对筋伤病灶，按照三步理筋原则，以松解肌筋，理筋止痛，正骨顺筋。因此回医理筋疗法对筋伤治疗具有很强的针对性。

三、回医外治，特色鲜明

回医理筋疗法主要是运用回医手法理筋、器械理筋、回医刮法、拨法、回医刺络等回医特色外治技术。这些外治法大部分是回族民间传承并使用的方法，具有浓郁的回族地方特色。加以回医的体质辨识、四液辨证、四性辨病等理论为依据，赋予了这些传统疗法鲜明的回医药特色。

四、简便廉效，安全实用

回医理筋疗法所运用的回医特色外治技术大部分是回族民间广为使用的，操作方便，安全有效，没有复杂高难度的治疗技术，且不需要大型医疗设备支撑，因此是一种适用于基层的理筋外治技术，具有简便廉效、安全实用的特点。

第三节 回医理筋疗法治疗颈部筋伤的优势

一、颈部筋伤的范围

颈部筋伤是回医筋伤的组成部分。广义上包括颈枕、颈项、颈肩部的皮肤、皮下浅筋膜、深筋膜、肌肉、肌腱、腱鞘、韧带、关节囊、滑膜囊、椎间盘、颈部神经及血管等软组织损伤。狭义上主要包括与颈部运动相关



的浅深筋膜、肌肉、韧带、关节囊、椎间盘等损伤。临床典型病症如颈椎病、落枕、颈肌劳损等。

二、用回医理筋治疗颈部筋伤的优势

随着社会的发展,人们生活方式发生很大改变,颈部筋伤所致的临床疾病呈现发病率高、危害性大、年轻化等新特点,成为临床研究的热点问题。随着研究的深入,人们对颈部筋伤发病机制的认识正在由传统认识的“重视骨性改变”转向“筋骨改变并重”。回医理筋疗法作为颈部筋伤的主要治疗方法,其治疗的对象是肌肉和肌腱、韧带等软组织(即回医学中所说的经筋),符合筋伤的发病特点,既符合对症治疗,也符合对因治疗。

筋病主要为“其病当所过者肢痛及转筋”,临床表现为经筋循行所过之处的筋肉疼痛或运动障碍。筋的结、聚、交、合是经筋之间的重要联系方式,也是筋病好发部位。颈部筋结聚的地方也是颈部筋伤容易发生病变的部位,也是疼痛主要出现的地方。颈部筋伤的压痛点多位于关节周围、肌肉的起止点、骨边、肌肉与肌肉或肌腱之间,多分布于手足三阳经筋上,并与经筋的“交合结聚”密切相关,颈椎横突、棘突和各肌肉的起止点都是出现频率高的压痛点。如颈椎2、3、4横突,冈上肌、斜方肌上部、肩胛提肌、冈下肌及菱形肌等部位,关节突,棘突处。

回医治疗颈部筋伤,主要针对经筋,通过对病变的经筋进行松解、剥离达到调筋理筋的作用,恢复经筋的功能状态。治疗点的选取原则为“以痛为腧”和“以筋结为腧”,“解结”和“理筋”是治疗经筋病的关键,而“筋部无阴无阳,无左无右”,治疗上与经脉病的病位不同,故经筋病的治疗原则是“直达病所”,即用“解结”法直接松解筋结,理筋以顺骨。

目前治疗颈部筋伤的方法中,没有任何一种疗法是专门针对筋伤,回医理筋疗法,以经筋理论为指导依据,针对筋结所在不同位置,运用指、掌、拳、肘,以按、揉、点、推、弹拨等松筋理筋手法,解除筋结点的紧张状态,达到解结则松,筋松则顺,筋顺则动,筋动则通的理想功效,从而恢复经筋系统的平衡状态。

第二章 回医对颈部筋伤 的认识

第一节 回医对“筋”和“筋伤”的认识

由于回族医学源于伊斯兰医学和传承于中医学，因此回医对“筋”的认识既有伊斯兰医学的解剖学认识，也传承了传统中医学的经络学说，内容极为广泛。

伊斯兰医学等均认为经脉是对血管、神经、淋巴、肌肉、骨骼等人体组织器官及生理功能的抽象认识。而传统中医学对经脉有独特的认识，包括经脉、经别、经筋、经络等，从而形成了中医经络学说。回医经脉学说是在传统中医经络学说的基础上，吸收、融汇了古代阿拉伯伊斯兰医学经脉理论，在伊斯兰自然哲学的基础上，应用人体“小宇宙”的观点来研究人体生理和病理活动的理论学说。因此，回医经脉学说既包含了传统中医的经络学说，也包含了血管、神经、心、脑、肌肉、骨骼等解剖学内容，是将中医经络学与解剖学完美结合阐释生命特征的学说。

一、筋的概念

筋的概念广泛，有狭义和广义之分。

“筋者，肉之力也。”（《说文解字》）筋，就是能够产生力量的肌肉。“筋”这个字，从竹、从力、从月旁。从竹，竹者节也，说明为筋之物有竹节样的外形变化，现代医学的研究证实，肌纤维是由肌小节排列而成。从力，力者，效能也，说明为筋之物在竹节样外形变化的同时，可



以产生力量；从月旁，月者，肉也，说明为筋之物是肉性组织。在人体中，可随人的意志伸缩变形，产生力量并牵拉肢体产生相应活动的组织，非骨骼肌莫属。所以，狭义的筋，是指骨骼肌；而广义的筋，则是指包括皮肤、皮下组织、肌筋膜、肌肉、肌腱、韧带、滑膜、关节囊、椎间盘、软骨、神经、血管等一切软组织的总称。

回族医学关于筋伤的认识，源于伊斯兰医学的解剖学知识，也融合了传统中医经络理论中十二经筋相关理论，还从筋衍生出以下更细化的“筋”。

尽筋——又称作“筋纽”，是指肌末端的腱。

膜筋——指片状的肌肉，或包绕在肌肉外层的筋膜。

宗筋——宗，总也。一指诸筋总汇的粗大处，即多条大筋汇聚而形象高突、刚劲有力的肌肉；另指髋腹腰背之大筋，如腹直肌、髂腰肌、竖脊肌。

束骨筋——关节囊。

大筋——分布于手足项背，直行而粗大的肌肉。

小筋——又称柔筋，是分布于胸腹头面的横行、细小、质柔的肌肉。

维筋——维者，网维，是维系网络之筋，多指腱膜。

二、回医筋脉理论

回医对“筋”的认识源于“回医经脉”。经脉是纵横交错、网络全身，联系心脑脏腑、五官肢体、知觉运动，沟通内外、表里、上下，运行气血，调节体液稟性等机能活动的通路。通过经脉有序的循行和联系，把人体的脏腑，四肢百骸，五官九窍，皮肉筋骨与心脑连接组成一个有机的、动态的统一整体。

有关回医经脉的论述散见于现存的《回回药方》残卷和伊斯兰哲学汉文译著以及明清时代的其他文献中。经脉，在《回回药方》中称作“脉络”“经络”“筋经”，甚至还有“肉丝”之称。在《天方性理》中称谓亦不一。如“其筋络自脑而通至于目……”在另一篇中言：“气血之流通，